



2025年

7月

リハビリテーション颯

福山手城通信

Vol.81

ボランティアメンバー大募集!



颯ではコップの洗い物などのボランティアをしてくださる利用者さまを募集中です! 現在火曜日の午前中にはK様が毎週新聞紙でゴミ箱を折ってくださっており、水・木・金曜日には帰所前に皆様が使われたコップの洗い物をしてくださっている方が大勢いらっしゃいます。なかでも木曜日の午後には3名の方が協力し合いながら【洗う・拭く・戻す】まで全部済ませてくださりスタッフもとても助かっています😊是非とも、「私も手伝うよ〜」「こんなことでもよければ出来るよ!」などあればスタッフまでお申し付けください! どんなことでも大丈夫です! まずはご相談を😊🎵

颯からのお知らせ

お盆休みについて

休業日は8月13日(水)~15日(金)の三日間です。

8月11日(月)の祝日は通常通り営業しております。

要介護の方は振替利用ができますのでご相談ください😊



開設十周年のごあいさつ

この度、リハビリテーション福山手城は、令和七年六月をもちまして、開設十周年を迎えることができました。こうして節目の年を迎えることができましたのも、日頃よりご利用賜っております利用者様、ご家族の皆様、そして地域の関係機関の皆様の温かいご支援の賜物と、心より御礼申し上げます。開設当初から通ってくださっている方もおられ、ともに重ねてきた日々には、職員一同、深い感謝の気持ちでいっぱい입니다。今後とも、利用者様・ご家族様の想いや大切にされていることを尊重しながら、利用者様が「自分らしく安心して過ごせる日々」をお送りいただけるよう努めるとともに「福山に来るのが楽しみ!!」と感じていただける、温もりある場であり続けたいと思います。引き続き、変わらぬご支援とご指導を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

リハビリテーション福山手城 職員一同

高齢者は特に注意が必要! 熱中症対策

「熱中症」は、高温多湿な環境下で、発汗による体温調節等がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、場合によっては死亡することもあります。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対するからだの調節機能も低下しているので、注意が必要です。

熱中症の症状

- めまい
- 立ちくらみ
- 生あくび



- 大量の発汗
- 筋肉痛
- 筋肉のこむら返り

病状がすすむと

- 頭痛
- 嘔吐
- 倦怠感



- 判断力低下
- 集中力低下
- 虚脱感

応急処置をしても症状が改善されない場合は医療機関を受診しましょう



屋内

- エアコン等で温度を調節
- 遮光カーテン、すだれを利用
- 室温をこまめに確認

体の蓄熱を避ける

- 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす



屋外

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える

1.2ℓ
塩分

水分補給

屋内でも屋外でものどの渇きを感じなくてもこまめに水分を補給しましょう。目安は1日あたり1.2ℓです。水分だけでなく、塩分の補給もしましょう。

